



Panathlon Club Thurgau

Juni Meeting 2024 –

«Der Trainingsalltag des fastest farmer»



Patrik Wägeli, der «fastest farmer» - also der schnellste Landwirt - arbeitet im 40% Pensum als Landwirt auf seinem Hof in Nussbaumen und läuft parallel mit der internationalen Marathon-Elite um Titel und Triumphe. Er hat eine Marathon Bestzeit von 2:12:58 und ist damit der achtschnellste Schweizer Marathonläufer aller Zeiten. Sein grosses Ziel waren die Olympischen Spiel 2024 in Paris. Leider hat er dieses Ziel knapp verpasst. Dafür krönte er sich im April am Zürich Marathon zum Schweizer Meister.

Mit einem Wochenumfang zwischen 160 und 220 Laufkilometer und dem zusätzlichen Alternativ- und Krafttraining bewältigt er einen Trainingsaufwand von rund 15 bis 25 Stunden pro Woche. Wie er Arbeit und das intensive Training unter einen Hut bringt, welche grossen Herausforderungen er meistern muss und was die nächsten Ziele sind, erzählt er uns im Juni-Meeting.



Datum: **Montag, 24. Juni 2024**

Ort: Gasthof «Eisenbahn», Weinfelden

Programm: 18.30 Uhr Eintreffen mit Apéro im Depot
(Nebengebäude hinter Restaurant)

19.00 Uhr Nachtessen

20.00 Uhr Vortrag von **Patrik Wägeli** «Der Trainingsalltag des fastest farmer»

Kosten: CHF 40 für Essen, Wasser und Kaffee/Tee
→ **wenn möglich bitte in bar mitnehmen**

An/Abmeldung: bis Mittwoch, 19. Juni 2024 an lifre_zahner@bluewin.ch

Wir freuen uns auf einen interessanten Vortrag und eine rege Teilnahme.

PANATHLON CLUB THURGAU

Präsidentin
Cornelia Hasler-Roost

Programm
Dominik Spycher